

Was heißt Philosophische Lebenspraxis?

Das menschliche Leben ist angesiedelt an der Kreuzung dreier Faktoren: Denken, Fühlen und Wollen. Alles dies gestaltet sich durch ein Geflecht von Relationen. Körper, Geist und Seele bilden sich in diesem Kontext aus.

Die ›Philosophische Lebenspraxis‹ versteht sich nicht nur als ein Denkweg bzw. Lebensweg, sondern auch als Philosophische Lebensberatung und Lebensgestaltung. Sie dient als Hilfe zur Selbsthilfe durch reflektiv-meditative Gesprächsführung mit Menschen, die Anregungen oder Orientierungshilfe suchen. Dabei geht es nicht um medizinalisierte Interventionen und auch nicht um psychologisierende Gespräche.

Die Philosophische Lebensberatung versteht sich ebenfalls nicht als Alternative zur Psychoanalyse oder Psychotherapie. Diese wenden sich in erster Linie an kranke Menschen, betreiben Vergangenheitsbewältigung und heilen psychische Dysfunktionen. Obwohl die Philosophische Lebensberatung auch solche Komponenten enthält, wendet sie sich nur an gesunde Menschen und berät in Fragen der persönlichen Lebensführung.

Mein Gesprächsangebot richtet sich an einen Personenkreis, der seine Relationen nicht nur im biografischen Bereich, sondern auch im sozialen, geschichtlichen, interreligiösen und interkulturellen Kontext, ausloten will.

Ziel der Philosophischen Lebenspraxis

Ziel der Philosophischen Lebenspraxis ist praktische Orientierungshilfe. Diese besteht in der Förderung des Selbstbewußtseins, der Relationen zum eigenen Selbst, zum Selbst in der Gesellschaft, zum Selbst in der eigenen Familiengeschichte und in der Berufswelt. Es geht nicht nur um Verstehen-Wollen sondern auch um Verstanden-werden-Wollen in Familie und Leben.

›Praktisch‹ heißt in diesem Zusammenhang den Versuch zu wagen, Hemmungen zu beseitigen, Verkrampfungen und Zwänge zu lösen, Konflikte mit sich selbst und anderen zu bewältigen, das eigene Selbst- und Fremdbild zu überprüfen, Nöte, Ängste und Sorgen auszusprechen und Beziehungen wieder in Fluß zu bringen. In der Klärung unserer Beziehungen schöpfen wir Mut und Freiraum für neue Begegnungen.

Um die ursprünglichen Quellen der zwischenmenschlichen Kreativität zu erschließen, sind Gespräche nützlich, die dem Menschen, der durch unsere konsumistische Ausrichtung oft zu sehr vereinzelt und auch vereinsamt ist, wieder in seine humanen Relationen zurückzuholen.

Termine

Gesprächstermine finden nach Vereinbarung statt.

Termine können telefonisch vereinbart werden.

Tel.: 0176/ 24686862